

小学体育社团活动“生活化”的内涵审视与路径选择

郭丽 周荔

江苏省苏州高新区长江小学校

摘要：科学有效的构建、发展和推广小学体育社团“生活化”课程，是保障学生生命健康，丰富学生校园生活，促进学生核心素养发展的良好路径。本文从体育社团活动“生活化”内涵入手，审视小学体育社团活动“生活化”发展中存在的现实问题，并围绕体育社团活动“生活化”这一关键词，从活动目标、活动方法、活动的专业性、活动评价四个方面阐述改进的策略。

关键词：小学；体育社团活动；生活化；路径选择

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6261.2024.01.231

在陶行知先生的生活教育理念中，“生活即教育”是出现频次最多的词汇，也是生活教育理念的核心理念，陶先生曾说过：“过什么生活便是受什么样教育，提倡教育要走向生活，回归生活”。就社团活动改革的现状看，存在活动模式陈旧，缺乏对学生终身锻炼习惯的培养，活动组织形式和活动评价缺乏生活气息等问题。而对于体育而言，体育运动内容来源于生活，亦可运用于生活、丰富于生活，合理有效将体育社团中的运动内容与学生生活进行紧密练习，是丰富学生体育活动内容，提升学生实践生活技能，增进学生核心素养发展，达到新课标中“健康第一，以体育人”的关键因素。因此，体育即生活，生活即体育，推进体育社团活动“生活化”势在必行。

一、小学体育社团活动“生活化”的内涵审视

（一）小学体育社团活动“生活化”的内涵

1. 体育活动源于生活、发展于生活

首先，从参与方式来讲，体育生活化的参与方式包括直接参与和间接参与两种，其中直接参与是指以自身身心发展需求所主动参与的体育活动，而讲解参与是指在社会生产生活的客观条件下，所被动参与的体育活动，两种参与方式与社会生产生活都密切相关。其次，可将人民群众的“体育生活化”概念划分为以下两层含义：一方面，名词上的“体育生活化”主要是指人们参与体育活动时的多种内容和形式；另一方面，动词上的“体育生活化”主要是指人们终身体育的理念和参与过程。最后从本质上讲，体育生活化与传统大众体育生活健体有着一定程度的不同，它不仅仅指人民参与体育活动的行为，同时更突出了鲜明的人文主义，表达着人们精神追求上的升华，是人们追求美好生活，提升审美意识，强化时间观念，愉悦自我身心的体育行为表达。

2. 体育社团联系生活，赋予生活意义

社团活动“生活化”是指在社团活动中结合体育活

动内容，有选择地借助学生现实生活中的相关素材更好地促进社团活动的过程。虽然小学生比较喜欢体育社团活动课，但是他们也会有选择的学习一些内容，从活动经验来看，他们更喜欢那些内容丰富、联系生活、语言贴近生活的社团活动课堂。因此，与其让学生在被动中掌握技术，不如让学生在美妙的氛围中高效掌握运动技术。所以，社团活动中创设贴近学生生活的情境，让学生沉浸其中，能激发学生的学习兴趣，“兴趣是成功之母”，这样才能实现高效的社团活动。

3. 体育锻炼滋润生活，服务于学生

第一，体育社团活动的定期开展，可以帮助学生增强身体健康，提高心肺功能，增强肌肉力量，改善身体柔韧性，降低患病风险等好处；第二，体育社团锻炼可以帮助学生释放文化课学习所带来的紧张情绪和压力，使学生感到轻松和愉悦，从而提高身体的应激能力，提升心理素质；第三，增进学生的自信心和学习积极性。学生在体育社团锻炼过程中在运动能力、运动成绩、身体形态、团体友谊等方面的获得，使学生增进了身心健康，增强了心理自信，从而建立起学生正确的运动观、生活观、价值观。

（二）小学体育社团活动“生活化”的特点

1. 运动性

体育社团活动凸显出“运动性”的显著特征。本质而言，体育社团是以体育运动锻炼为主要内容所开展的社团课程，而生活化的体育社团内容，则是结合人们日常生活中的行为习惯，如“跑、提、搬、推”等为主的学习课程内容，所相融合的综合课程。

2 情境性

情景化是体育社团生活化课程开展的前提。生活化的课题，需要在学校特定的市场内，创设各种教学情景，从而使学生模仿生活场景进行学练活动，从而激发学生的兴趣，激活学生的发散思维。其中，对于低年级

学生，运用生活化主题和器械创设生活情景，情境是前提；而对于中高年级，则主要是通过器械为手段，直接营造学生的生活化场景。

3. 综合性

体育社团生活化课程内容不仅仅是单一的学科内容项目，体现为综合多学科的课程内容性质。从生活化课程的内容性质来看，即包括校内的生活活动，又包括校外的生产生活活动，其中的体育活动往往用不同的形式，不同的活动，甚至融合不同的学科，来设计一些综合性强的生活化课程内容，从而达到提升学生综合素养能力的目标。例如以快速跑动和跳跃为载体，模拟在家庭中发生的地震、火灾的求生情景，让学生在不同身体姿态下做各种爬、跑、跳等躲避障碍的练习，再通过个人自救、集体合作自救等方式，提升学生的个人能力和团队意识，从而发展学生的综合能力。

二、小学体育社团活动“生活化”发展的现实困境

(一) “生活化”元素在活动目标中不够明确。回顾日常体育社团活动，通常是教师重视体育知识技术技能的理论性、完整性、系统性学习，教师模式化的教，而忽略活动目标的“生理、心理、社会适应生活化”的体现，导致学生被动的学和练。因此社团活动“生活化”要构建以社团活动“练一赛”为目标的模式，改变固有的社团活动的程序化、模式化，促使社团活动的“生活化”与“主体化”，培养学生终身锻炼的习惯。

(二) “生活化”元素在活动方法上彰显不足。

“生活即教育”，体育运动源于生活，又丰富生活，彼此是相辅相成的关系。当前学校社团活动“生活化”推进过程中，教师不能很好地在社团活动中适时展现生活化元素，只注重体育技能的传授而脱离了现实生活，常有“放羊式”自由活动存在。

(三) “生活化”活动不能忽视社团活动的专业性。俗话说得好，术业有专攻，每个学科都有其特征，社团活动课的专业性需要教师所学运动技术应有专门的方式来表示，而不能够用简单化的生活化的语言或者动作来代替，这样不利用技术动作的形成。更不能用生活中的“劳动”来替代体育。

(四) 活动评价缺乏“生活化”语言。现在家长、学校、社会不只是关注学生学业成就，而是更侧重于学生核心素养的全面发展。对小学生而言，评价不能只是以“优、良、合格”的结果性评价方式来呈现，不能是生硬、毫无情感的评价，而应该是充满温暖的、激励

的接近学生认知水平的评价，既要有多样性，也要有客观性。

三、体育社团活动“生活化”路径选择

(一) 活动基于目标，融入“生活化”气息。当下体育社团活动目标要求根据生理、心理、社会适应性及健康观点相结合，需要联系生活实际和已学现状，而且还要组织学生探究性学习，对在“练赛”中遇到的重难点进行突破，适时创造生活情景，以目标来统领整个教学过程。最大化的赋予活动目标的可选择性、便于学生个性培养，这才是学生所想要的。

在体育基本运动技能活动中是以基础性、单一性、非连续性、重复性、封闭性、低策略性特点的运动动作为主，其发展目标是为了发展学生的基本运动能力，奠定学生结构化技能学习的基础。比如，跑、跳、钻、投等活动项目，在低年级跳远《动物王国运动会》活动中，教师首先播发趣味音乐导入本课，接着让学生佩戴袋鼠、青蛙邓头饰手段渲染气氛，其次组织学生模仿小动物跳跃的样子，最后引导学生相互学本领并组织“练一练、赛一赛”。活动环节紧扣，活动内容丰富，活动形式生动，从而使学生一直能在高涨的情绪中参与学习活动，从而提升社团活动效率，提高学生的学习效率，促进学生之间的学习交流，充分体现了社团活动中多方位的育人价值，轻松愉快地实现本节课的活动目标。

因此，从常态化教学的“练一赛”，形成体育活动一体化教学，注重整体性，而不是碎片化学习；针对学生课堂表现注重教学评价，做到赏罚分明，公平公正。利用形式多样的生活化活动不仅可以激发学生的潜能，还能巩固强化已学的动作技能。实现“以赛代练”“以赛促评”，同时也培养了学生的运动技能、意志品质、行为习惯等。

(二) 方法源于生活，营造“生活化”氛围。活动方法生活化就是将活动内容与实际生活相关联，启发生活日常经验在活动中得到发挥与运用，彰显活动的生活化。活动时可以将难度大的动作形象化、简单化，这样便于学生在练习时模仿。那么，如何使活动方法生活化呢？应该做到以下几方面：活动内容地选择要来源生活，这样便于提升学生运动兴趣，激发学生的练习激情，这样便于掌握动作技术；活动中倡导教师主导和学生主体地位；通过趣味性的竞赛，让学生在玩中学，学中玩；倡导学生运动技术的应用到现实生活中。

比如，在田径社团的跳的活动中，让学生先自我感受不同方式的跳动作，也可以在活动中用“仙人球”图

片粘在橡皮筋上，强调碰到就会被扎到，通过这样不断提升跳的高度。在活动中，学生趣味性高，有意识提高过橡皮筋时腿的高度，完成跳的动作。在低年级社团活动方法上，教师以生活小游戏的形式开展活动，主要培养学生的运动兴趣，以及灵敏、速度等运动素质。中年级社团活动方法上，学生已能显示出个人的运动特长，这时体育教师可以根据学生运动特长有针对性的与生活相结合培养。在高年级段的社团活动方法上，在这里的学生根据运动能力的展现，教师可以组织学生参与实战方式的不同层面与生活相关的赛事，这样既能让学生体验实战比赛，还能层层递进式地培养学生的实际需要。

(三) 规范成于日常，彰显“生活化”魅力。社团活动中的练与赛是师生双边活动，活动教师每节课都要运用“口令、示范、练习”等来组织活动。这些方面既是教师课堂活动中带领班级组织活动的良好手段，同时也是判定一个老师教学能力的关键因素之一。在课堂教学中，适当的选择运用方法及时机联系生活，会直接影响活动质量和效率。

日常活动中，展示某一项技术动作时，针对高年级段学生，老师会着重强调动作的要领，以专业性的语言，将当天所教授内容给学生进行完整的呈现；而对于低年龄段学生，他们对专业性的语言可能会不太理解，这时，老师则会以口诀等生活化的形式，将技术动作展现在学生面前，便于学生模仿和记忆，强化动作要点。同时，在练习时，老师还会结合生活实际，在训练之余，与学生进行生活小游戏的互动，在紧张的训练后给学生放松身心，关注学生身心健康。

如，站立式起跑活动时，教师应告诉学生学的是站立式起跑技术，而不能简单的说：“今天我们学习‘起跑’或学习‘站着姿势的起跑’。”那么在后面练习蹲踞式起跑时，学生就容易对技术动作要领产生模糊、混乱的现象，不利于学生对体育技术动作的整体学习。生活化的语言有利于学生的理解和掌握，专业的语言有利于动作技术掌握的规范，两者相辅相成，相互促进。

因此，社团活动中既要有专业的语言，也要有生活化的语言。另一方面，教师示范正确、清晰、规范，讲解时要求简洁、准确，针对不同年龄段的学生在语言表达中也需要明显的不同，尽量以学生容易理解的话语，使学生容易接受，切记不要使用含糊不清，似是而非的课堂表达，影响孩子的主观判断和理解，例如在老师喊口令时，“立正”姿势是连续口令，不能间接发声；在跑步走时，“一二一”口令要清晰明了，左右脚顺序与

学生的步伐一致。

(四) 评价归于真实，引用“生活化”语言。客观公正的教师评价，即是教师教学能力的体现，同时也是建立学生正确认知的关键，以生活实例为引导，合理评价学生课堂行为的良好方式。其中，充分发挥评价的激励机制、让学生在评价的多次反馈中体验到成功，以此更好地激发起他们对活动的向往、知识的追求。将生活中的三句半、顺口溜、童谣等引入动作评价，这样更能让小学生产生兴趣，更便于接受。

比如，如低年级的学生，对活动课的课堂队列比较陌生，所以每次上课，都要组织学生进行队列练习，而且每次都要在活动教师一次次的指挥监督下才能排好队。针对这种情况，教师可以融入生活化儿童语言创编一个排队的顺口溜：“铃声响，闭嘴巴，快点快点走出去，排好队，不推挤，看看哪组最整齐。”

学校生活是学生社会生活的关键一环，以体育社团生活化为形式，发展学生的体育运动能力，提升学生的生活技能，促进学生的核心素养达成，是学校社团发展的良好契机和平台。因此，在学校体育活动中，不仅要关注学生运动技能的习得，同时也要关注学生的生活技能学习和锻炼，力争构建“体育活动源于生活，生活活动丰富体育”的景象。另外，生活与社团活动的融合，是一个新研究视角，需要更全面、更深入的研究。因为生活是最好的老师，所以只有在贴近生活的社团活动中，通过活动实践传授新知远比单纯的解决问题更有意义。因此，社团活动生活化才能使课堂成为情感的、开放的、有温度的课堂，更应该是能促使学生养成终生锻炼习惯的社团活动“生活化”。

参考文献

- [1] 谭德礼. 从杜威的“教育即生活”到陶行知的生活即教育[J]. 河南师范大学学报: 哲学社会科学版, 2003, 30(3): 3.
- [2] 潘绍伟. 正确实施选项教学 提高学科核心素养[J]. 中国学校体育, 2018(04): 2-3.
- [3] 王丽萍. 学校艺术活动及社团活动对学生综合素质提升的探究[J]. 时代教育, 2018(06): 81-83.

作者简介: 郭丽, 女, 1975年3月, 本科学历, 江苏省扬州市, 汉族, 本科, 高级教师, 学校副校长, 研究方向为教育教学。

周荔, 女, 1970年1月, 本科学历, 江苏省常州市, 汉族, 本科, 高级教师, 学校校长, 研究方向为学校管理。